

Universidad del Salvador

Facultad de Medicina

Licenciaturas en Ciencias de la Salud.

Licenciatura en Actividades Físicas y

Deportivas

**“El entrenamiento de jóvenes aspirantes  
a futbolistas en las divisiones inferiores  
del fútbol argentino”**

USAL  
UNIVERSIDAD  
DEL SALVADOR

**Licenciado Pablo Nicolas Rodriguez**

**Tutor: Licenciando Mayorca Leandro Ariel**

**Año 2005**

A corregir  
Preliminares 7 (siete)

Nota:

Esta nota va dirigida a la Lic. Blanca Rizzo y Blanca Tobías.

El seguimiento de la tesis lo vengo haciendo hace un año aproximadamente y la verdad es que me pareció fabuloso el análisis y el progreso que tuvo. Esta muy completa y bien desarrollada. Le agradezco a Pablo por la confianza que puso en mí al elegirme como su tutor, fue muy agradable ya que yo tuve buenas experiencias durante la carrera y me gustó mucho hacer mi tesis.

Me despido muy atentamente y aclarando que apruebo la tesis en su totalidad.

Lic. Mayorca Leandro Ariel



USAL  
UNIVERSIDAD  
DEL SALVADOR

**EL ENTRENAMIENTO DE LOS JÓVENES ASPIRANTES A  
FUTBOLISTAS EN LAS DIVISIONES INFERIORES DEL FÚTBOL  
ARGENTINO ..... 3**

Justificación.....	3
Fundamentacion.....	4
Población.....	5
Muestra.....	5
Material y método.....	5
Tabulación de datos.....	9
Antecedentes del problema.....	10
Marco teórico.....	13
Aspectos generales.....	13
El entrenamiento.....	14
La planificación.....	16
La evaluación.....	21
Didáctica adaptada a las condiciones físicas de los jóvenes.....	22
El proceso de aprendizaje y desarrollo motor.....	25
Etapas del entrenamiento del fútbol base.....	28
Situación actual.....	31
Una visión psicológica sobre la concepción del deporte.....	34

Análisis e interpretación de la información.....	37
Análisis de las encuestas.....	37
Encuesta a jóvenes aspirantes a futbolistas.....	38
Encuesta a entrenadores.....	50
Observación de los entrenamientos.....	60
Conclusiones.....	62
Bibliografía.....	66



USAL  
UNIVERSIDAD  
DEL SALVADOR



## **El entrenamiento de jóvenes aspirantes a futbolistas en las divisiones inferiores del fútbol argentino**

### ***Planteamiento del problema***

El problema de investigación que motiva esta tesis es el siguiente:

El entrenamiento de jóvenes aspirantes a futbolistas implica el planteamiento de objetivos de aprendizaje técnicos y tácticos específicos a las etapas infantiles y juveniles donde deben adecuarse las actividades al grado de rendimiento de cada individuo.

El fútbol se ha convertido en un negocio altamente redituable para los clubes. En su afán por obtener ingresos económicos de la venta de jugadores, los clubes se plantean formar jugadores profesionales desde etapas muy tempranas en la edad de los aspirantes a futbolistas, exponiendo a los jóvenes a entrenamientos que no se adecuan a su desarrollo físico y psíquico.

### ***Justificación***

La justificación de la investigación se basa en la necesidad de investigar sobre el tipo de entrenamiento dado a jóvenes futbolistas, ya que un inadecuado entrenamiento puede implicar consecuencias corporales y psíquicas negativas en los aspirantes a futbolistas profesionales.

El entrenamiento de jóvenes no es equivalente a un entrenamiento de adultos abreviado. En la infancia y la juventud se adquieren y desarrollan las capacidades y aptitudes que determinarán el rendimiento posterior del adulto.

El entrenamiento infantil y juvenil debería adecuarse al desarrollo orgánico y psíquico de los chicos.

En lo que hace a la capacidad de rendimiento deportivo, se debe tener en cuenta el rasgo de preparatorio de dicho entrenamiento. Es decir, debería

distinguirse necesariamente del entrenamiento de los adultos en lo que hace al rendimiento esperado.

Un problema bastante común es que diversos entrenadores, suelen ser ex futbolistas profesionales que aplican en niños y jóvenes las mismas estrategias a las que ellos se sometieron en su etapa profesional de entrenamiento. Es decir, no tienen en cuenta las diferencias corporales y mentales entre niños, jóvenes y adultos.

Esta actitud puede implicar dos consecuencias negativas: por una parte, con un entrenamiento inadecuado, ciertas destrezas y capacidades pueden no aprenderse ni adquirirse o lo hacen de forma insuficiente. Por otra parte, un entrenamiento para adultos de alto rendimiento implica un sobreesfuerzo orgánico y mental para los jóvenes. Como consecuencia se puede generar una inseguridad del joven jugador que repercute en forma negativa en el aprendizaje e inclusive en el desarrollo de su personalidad.

### ***Fundamentación***

El entrenamiento de fútbol —como de todo deporte— es una actividad pedagógica, con lo cual la optimización del rendimiento está determinada por el nivel de comunicación entre el entrenador y los jugadores. Así, por ejemplo, un entrenador autoritario dificulta al desarrollo personal, la predisposición a asumir riesgos o la acción creativa.

También el entrenador debe tener en cuenta el entorno social y familiar de los jóvenes para planificar un entrenamiento acorde.

Es decir que para perfeccionar el rendimiento de los jóvenes no sólo deben tenerse en cuenta aspectos de entrenamiento y técnicas adecuadas.

El rendimiento deportivo dependerá en gran medida del proceso comunicativo con el entrenador, con el grupo de compañeros de juego, con la libre



iniciativa que se estimule en los jóvenes. Dicho en otras palabras: influirá en el rendimiento del jugador su motivación y los estímulos del entorno directo.

En el entrenamiento infantil y juvenil se delinea el posible alto rendimiento deportivo posterior. Esto implica que como objetivo, el entrenamiento infantil y juvenil se plantea desarrollar y asentar en forma adecuada los aspectos motores, cognitivos, psíquicos y sociales que determinarán el posterior alto rendimiento. Pero todo lo señalado no debe hacerse a cualquier precio, sino que el entrenamiento debe adecuarse a las posibilidades de rendimiento individual de cada joven.

Todo ello implica entre otros aspectos el fomento de valores. En la sociedad actual, valores como el individualismo, la búsqueda de resultados a toda costa, la presión familiar hacia los chicos, etc., pueden repercutir negativamente en los jóvenes jugadores.

### ***Población***

Entrenadores y jóvenes aspirantes a futbolistas entre 10 y 15 años.

### ***Muestra***

5 entrenadores y 50 jóvenes aspirantes a futbolistas entre 10 y 15 años.

### ***Material y método***

Investigación exploratoria que consiste en:

- Observación de entrenamiento a 5 entrenadores de fútbol diferentes.
- Encuesta a 5 entrenadores.
- Encuesta a 50 jóvenes aspirantes a futbolistas.